

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g,	zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 50 g ( <u>RYB, GOR</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g, papryka 40 g,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: gruszka 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1946.7 kcal; Białko: 63.21 g; Węglowodany : 242.85 g; : 75.31 g; Tłuszcz: 90.4 g; : 40.77 g; : 23.37 g; : 6.23 g;

<b>poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g, chleb pszenny 150 g ( <u>GLU</u> ), masło 40 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), leczy warzywne łatwostrawne 200 g ( <u>SEL</u> ), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 150 g ( <u>GLU</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, salata masłowa 10 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2180.78 kcal; Białko: 68.37 g; Węglowodany : 309.78 g; : 48.23 g; Tłuszcz: 80 g; : 44.24 g; : 25.87 g; : 6.25 g;

<b>poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g, chleb pszenny 150 g ( <u>GLU</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), leczy warzywne łatwostrawne 200 g ( <u>SEL</u> ), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 150 g ( <u>GLU</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, salata masłowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2106.78 kcal; Białko: 68.37 g; Węglowodany : 309.85 g; : 48.22 g; Tłuszcz: 71.76 g; : 38.77 g; : 25.94 g; : 6.25 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 100 g ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), herbata 200 g , pasta z makreli 50 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1970.02 kcal; Białko: 56.42 g; Węglowodany : 229.15 g; : 50.75 g; Tłuszcz: 102.52 g; : 49.21 g; : 25.54 g; : 6.02 g;

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 125 g ( <u>GLU</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 50 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g , masło 30 g ( <u>MLE</u> ), salata maslowa 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2029.52 kcal; Białko: 55.4 g; Węglowodany : 249.15 g; : 55.53 g; Tłuszcz: 101.48 g; : 48.38 g; : 29.06 g; : 6.16 g;

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , ryż 100 g , leczyo warzywne z ciecierzycą 100 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 50 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1584.14 kcal; Białko: 56.17 g; Węglowodany : 200.35 g; : 68.23 g; Tłuszcz: 70.91 g; : 29.24 g; : 17.84 g; : 5.46 g;

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 60 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , filet z kurczaka pieczony 150 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 50 g ( <u>RYB</u> , <u>GOR</u> ), masło 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2257.71 kcal; Białko: 113.48 g; Węglowodany : 215.47 g; : 63.65 g; Tłuszcz: 114.09 g; : 53.62 g; : 20.26 g; : 6.81 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dżem brzoskwiniowy 100 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne łatwostrawne 200 g ( <u>SEL,</u> ), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), pasta z makreli 50 g ( <u>RYB, GOR,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), ogórek kiszony 50 g, papryka 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1877.82 kcal; Białko: 47.45 g; Węglowodany : 278.34 g; : 81.5 g; Tłuszcz: 74.6 g; : 34.33 g; : 26.33 g; : 5.88 g;

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g, chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), margaryna 20 g, sałata masłowa 20 g, jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g, filet z kurczaka pieczony 120 g, gotowany burak 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g, szynka drobiowa z kurczaka 60 g, sałata lodowa 20 g, chrupki kukurydziane 20 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1792.72 kcal; Białko: 95.89 g; Węglowodany : 215.84 g; : 34.75 g; Tłuszcz: 64.93 g; : 14.92 g; : 20.03 g; : 5.19 g;

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g, kaszka manna 250 g ( <u>GLU, MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g, Zupa rosół wywar (płynna) 350 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g, filet z kurczaka pieczony 120 g, gotowany burak 150 g,	koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE,</u> ), herbata 200 g,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 0 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1157.63 kcal; Białko: 69.12 g; Węglowodany : 175.58 g; : 78.34 g; Tłuszcz: 23.32 g; : 7.37 g; : 15.8 g; : 1.9 g;

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g, mleko świeże 2% 300 ml ( <u>MLE,</u> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Zupa rosół wywar (płynna) 400 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g,	herbata 200 g, koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE,</u> ), mus jabłkowy 300 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 814.99 kcal; Białko: 26.69 g; Węglowodany : 154.35 g; : 107.22 g; Tłuszcz: 13.63 g; : 6.67 g; : 16.1 g; : 1.16 g;

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g ( <u>GLU, SEL,</u> ),	herbata 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 204.61 kcal; Białko: 7.2 g; Węglowodany : 43.53 g; : 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; : .31 g; : 5.7 g; : .64 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g ( <b>MLE</b> , _), chleb bezglutenowy 90 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE</b> , _), masło 20 g ( <b>MLE</b> , _), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL</b> , _), ogórek kiszony 50 g , kompot 200ml 200 g , ryż 100 g , leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g ( <b>SEL</b> , _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> , _), pasta z makreli 50 g ( <b>RYB, GOR</b> , _), ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE</b> , _),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1949.87 kcal; Białko: 72.22 g; Węglowodany : 240.31 g; : 76.5 g; Tłuszcz: 88.31 g; : 35.47 g; : 26.65 g; : 6.4 g;

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> , _), chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> , _), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL</b> , _), ogórek kiszony 50 g , ryż 100 g , leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g ( <b>SEL</b> , _),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> , _), chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> , _), pasta z makreli 50 g ( <b>RYB, GOR</b> , _), ogórek kiszony 50 g , margaryna 30 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2028.87 kcal; Białko: 64.35 g; Węglowodany : 247.52 g; : 62.01 g; Tłuszcz: 97.24 g; : 19.79 g; : 25.8 g; : 7.39 g;

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> , _), szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL</b> , _), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU</b> , _), masło 20 g ( <b>MLE</b> , _), szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1737.67 kcal; Białko: 91.73 g; Węglowodany : 184.63 g; : 43.26 g; Tłuszcz: 74.02 g; : 28.36 g; : 17.8 g; : 5.1 g;

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g ( <b>MLE</b> , _), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> , _), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> , _), masło 30 g ( <b>MLE</b> , _), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g ( <b>MLE, SEL</b> , _), leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g ( <b>SEL</b> , _), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> , _), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> , _), ser topiony w kostce 100 g ( <b>MLE</b> , _), sałata lodowa 20 g , masło 30 g ( <b>MLE</b> , _),
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE</b> , _),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2029.97 kcal; Białko: 48.16 g; Węglowodany : 237.58 g; : 72.59 g; Tłuszcz: 103.46 g; : 60.62 g; : 22.38 g; : 5.08 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Roczna		
Napój kakaowy 250 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 20 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 350 g ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , gotowany burak 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), pasta z makreli 50 g ( <u>RYB, GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie gruszkowe 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2163.7 kcal; Białko: 106.65 g; Węglowodany : 263.33 g; : 77.25 g; Tłuszcz: 85.86 g; : 34.99 g; : 22.63 g; : 7.07 g;

poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
chleb bezglutenowy 90 g , margaryna 30 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g , ryż 100 g , leczy warzywne z ciecierzycą 120 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , margaryna 30 g , pasta z makreli 50 g ( <u>RYB, GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1937.47 kcal; Białko: 66.01 g; Węglowodany : 224.38 g; : 60.23 g; Tłuszcz: 97.46 g; : 19.81 g; : 30 g; : 7.25 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2023-12-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), sos boloński 150 g ( <b>SEL,</b> ), makaron 150 g ( <b>GLU,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), humus z pomidorami 100 g ( <b>SEL,</b> ), ogórek kiszony 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczerek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ), granola 20 g ( <b>GLU,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2262.95 kcal; Białko: 72.18 g; Węglowodany : 283.98 g; : 48.3 g; Tłuszcz: 98.91 g; : 37.99 g; : 26.88 g; : 7.04 g;

<b>wtorek 2023-12-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ),	zupa marchewkowa krem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczerek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2199.26 kcal; Białko: 103.66 g; Węglowodany : 280.31 g; : 57.19 g; Tłuszcz: 80.42 g; : 36.99 g; : 30.44 g; : 8.12 g;

<b>wtorek 2023-12-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 150 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczerek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2224.23 kcal; Białko: 101.72 g; Węglowodany : 294.79 g; : 55.54 g; Tłuszcz: 77.81 g; : 35.12 g; : 31.25 g; : 8.58 g;

<b>wtorek 2023-12-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 150 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), sos boloński 200 g ( <b>SEL,</b> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), humus z pomidorami 150 g ( <b>SEL,</b> ), ogórek kiszony 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczerek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ), granola 20 g ( <b>GLU,</b> ),	

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2199.87 kcal; Białko: 70.12 g; Węglowodany : 244.37 g ; : 52.35 g;  
Tłuszcz: 110.69 g ; : 39.49 g ; : 28.37 g ; : 7.56 g ;

<b>wtorek 2023-12-12</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g ( <b>SEL,</b> ), Makaron pełnoziarnisty 250 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), humus z pomidorami 50 g ( <b>SEL,</b> ), ogórek kiszony 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ), granola 40 g ( <b>GLU,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2024.22 kcal; Białko: 69.89 g; Węglowodany : 235.1 g ; : 49.72 g;  
Tłuszcz: 95.22 g ; : 37.86 g ; : 27.54 g ; : 7.09 g ;

<b>wtorek 2023-12-12</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1603.77 kcal; Białko: 84.04 g; Węglowodany : 197.15 g ; : 54.31 g;  
Tłuszcz: 59.17 g ; : 23.74 g ; : 27.31 g ; : 6.76 g ;

<b>wtorek 2023-12-12</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2184.95 kcal; Białko: 100.07 g; Węglowodany : 283.94 g ; : 58.33 g;  
Tłuszcz: 79.26 g ; : 35.26 g ; : 32.42 g ; : 8.31 g ;

<b>wtorek 2023-12-12</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), ser fromage 50 g ( <b>MLE,</b> ), sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (boliński wege) 200 g ( <b>SEL,</b> ), makaron 200 g ( <b>GLU,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), humus z pomidorami 100 g ( <b>SEL,</b> ), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g , pomidor 50 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2282.07 kcal; Białko: 42.78 g; Węglowodany : 304.59 g ; : 77.52 g;  
Tłuszcz: 105.5 g ; : 46.53 g ; : 29.73 g ; : 5.61 g ;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-12		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 20 g ,
	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2131.05 kcal; Białko: 95.27 g; Węglowodany : 255.02 g; : 43.53 g; Tłuszcz: 87.06 g; : 28.12 g; : 26.95 g; : 7.67 g;

wtorek 2023-12-12		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / pakowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , kisiel wisniowy 200 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie jabłkowo bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1306.59 kcal; Białko: 62.3 g; Węglowodany : 182.97 g; : 82.88 g; Tłuszcz: 40.47 g; : 13.24 g; : 19.77 g; : 3.2 g;

wtorek 2023-12-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 880.52 kcal; Białko: 20.9 g; Węglowodany : 133.78 g; : 94.7 g; Tłuszcz: 33.1 g; : 13.52 g; : 18.95 g; : 2.92 g;

wtorek 2023-12-12		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 204.61 kcal; Białko: 7.2 g; Węglowodany : 43.53 g; : 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; : .31 g; : 5.7 g; : .64 g;

wtorek 2023-12-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g ( <u>SEL</u> ), makaron BG 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2201.04 kcal; Białko: 85.18 g; Węglowodany : 305.75 g; : 72.07 g; Tłuszcz: 79.19 g; : 35.97 g; : 39.41 g; : 8.52 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-12 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g ( <b>SEL,</b> ), makaron 200 g ( <b>GLU,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2216.58 kcal; Białko: 85.95 g; Węglowodany : 326.09 g; : 73.84 g; Tłuszcz: 69.85 g; : 15.13 g; : 31.24 g; : 6.59 g;

wtorek 2023-12-12 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1889.96 kcal; Białko: 90.56 g; Węglowodany : 248.6 g; : 57.84 g; Tłuszcz: 65 g; : 27.62 g; : 25.66 g; : 5.68 g;

wtorek 2023-12-12 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), ser fromage 50 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (boliński wege) 200 g ( <b>SEL,</b> ), makaron 200 g ( <b>GLU,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), humus z pomidorami 50 g ( <b>SEL,</b> ), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2182.27 kcal; Białko: 42.22 g; Węglowodany : 302.9 g; : 76.16 g; Tłuszcz: 95.35 g; : 45.39 g; : 29.45 g; : 5.44 g;

wtorek 2023-12-12 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2234.43 kcal; Białko: 97.5 g; Węglowodany : 305.27 g; : 77.65 g; Tłuszcz: 76.7 g; : 34.38 g; : 33.8 g; : 8.14 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g ( <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g ( <u>SEL</u> ), makaron BG 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2201.08 kcal; Białko: 86.37 g; Węglowodany : 326.13 g; : 71.44 g; Tłuszcz: 69.76 g; : 15.04 g; : 40.18 g; : 7 g;

wtorek 2023-12-12		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 150 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2224.23 kcal; Białko: 101.72 g; Węglowodany : 294.79 g; : 55.54 g; Tłuszcz: 77.81 g; : 35.12 g; : 31.25 g; : 8.58 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2023-12-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <b>SEL,</b> ), ryż brązowy 150 g , sharma drobiowa z sosem 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2206.66 kcal; Białko: 93.32 g; Węglowodany : 282.34 g; : 30.9 g; Tłuszcz: 85.09 g; : 32.77 g; : 30.63 g; : 6.86 g;

<b>środa 2023-12-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <b>SEL,</b> ), ryż 150 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ), sharma drobiowa z sosem 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 150 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2214.84 kcal; Białko: 98.05 g; Węglowodany : 278.21 g; : 27.62 g; Tłuszcz: 84.49 g; : 32.58 g; : 24.56 g; : 6.83 g;

<b>środa 2023-12-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <b>SEL,</b> ), ryż 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2098.07 kcal; Białko: 99.68 g; Węglowodany : 268.66 g; : 28.13 g; Tłuszcz: 75.06 g; : 24.97 g; : 24.89 g; : 6 g;

<b>środa 2023-12-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <b>SEL,</b> ), ryż brązowy 200 g , sharma drobiowa z sosem 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2058.83 kcal; Białko: 91.64 g; Węglowodany : 278.63 g; : 22.04 g;  
Tłuszcz: 69.79 g; : 31.12 g; : 24.82 g; : 6.31 g;

<b>środa 2023-12-13</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 150 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <b>SEL,</b> ), ryż brązowy 150 g , sharma drobiowa z sosem 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 150 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2019.86 kcal; Białko: 89.05 g; Węglowodany : 274.22 g; : 39.9 g;  
Tłuszcz: 68.96 g; : 30.97 g; : 26.91 g; : 6.1 g;

<b>środa 2023-12-13</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <b>SEL,</b> ), ryż brązowy 100 g , sharma drobiowa z sosem 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1307.41 kcal; Białko: 57.7 g; Węglowodany : 147.36 g; : 19.56 g;  
Tłuszcz: 57.5 g; : 28.52 g; : 14.95 g; : 3.7 g;

<b>środa 2023-12-13</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <b>SEL,</b> ), ryż brązowy 200 g , sharma drobiowa z sosem 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2272.93 kcal; Białko: 98.54 g; Węglowodany : 288.3 g; : 36.64 g;  
Tłuszcz: 87.48 g; : 34.37 g; : 30.65 g; : 7.12 g;

<b>środa 2023-12-13</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <b>SEL,</b> ), ryż brązowy 200 g , sharma drobiowa z sosem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1970.14 kcal; Białko: 81.83 g; Węglowodany : 276.48 g; : 22.02 g;  
Tłuszcz: 65.24 g; : 30.16 g; : 24.8 g; : 5.99 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-12-13		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenney 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <u>SEL</u> ), ryż 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenney 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2098.46 kcal; Białko: 102.53 g; Węglowodany : 266.63 g; : 26.33 g; Tłuszcz: 74.69 g; : 23.49 g; : 24.89 g; : 7.04 g;

środa 2023-12-13		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchew p 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), gruszka pieczona 150 g ,	
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1396.01 kcal; Białko: 68.03 g; Węglowodany : 196.99 g; : 72.59 g; Tłuszcz: 42.22 g; : 11.15 g; : 23.27 g; : 2.06 g;

środa 2023-12-13		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona	
herbata 200 g , mleko świeże 2% 200 ml ( <u>MLE</u> ), smoothie jabłkowe 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 542.39 kcal; Białko: 18.48 g; Węglowodany : 86.51 g; : 68.72 g; Tłuszcz: 14.88 g; : 6.17 g; : 5.73 g; : .84 g;

środa 2023-12-13		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 204.61 kcal; Białko: 7.2 g; Węglowodany : 43.53 g; : 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; : .31 g; : 5.7 g; : .64 g;

środa 2023-12-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 200 g , sharma drobiowa z sosem 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ),	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2132.03 kcal; Białko: 96.63 g; Węglowodany : 261.83 g; : 28.16 g; Tłuszcz: 85.9 g; : 32.86 g; : 37.8 g; : 6.42 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-12-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <b>SEL,</b> ), ryż brązowy 150 g , sharma drobiowa z sosem 150 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2180.96 kcal; Białko: 87.98 g; Węglowodany : 293.81 g; : 29 g; Tłuszcz: 79.76 g; : 15.81 g; : 32.13 g; : 7.71 g;

środa 2023-12-13		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <b>SEL,</b> ), ryż 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2098.46 kcal; Białko: 102.53 g; Węglowodany : 266.63 g; : 26.33 g; Tłuszcz: 74.69 g; : 23.49 g; : 24.89 g; : 7.04 g;

środa 2023-12-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , ser topiony w kostce 50 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <b>SEL,</b> ), ryż brązowy 200 g , jajko sadzone 100 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , ser twarogowy 100 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2501.67 kcal; Białko: 84.27 g; Węglowodany : 314.39 g; : 50.97 g; Tłuszcz: 121.94 g; : 46.63 g; : 35.88 g; : 6.71 g;

środa 2023-12-13		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <b>SEL,</b> ), ryż 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2098.07 kcal; Białko: 99.68 g; Węglowodany : 268.66 g; : 28.13 g; Tłuszcz: 75.06 g; : 24.97 g; : 24.89 g; : 6 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-12-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 200 g , sharma drobiowa z sosem 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1915.72 kcal; Białko: 96.38 g; Węglowodany : 242.49 g; : 17.28 g; Tłuszcz: 68.9 g; : 15.04 g; : 30.45 g; : 6.98 g;

środa 2023-12-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 350 g ( <u>SEL</u> ), ryż 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ),	
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2098.07 kcal; Białko: 99.68 g; Węglowodany : 268.66 g; : 28.13 g; Tłuszcz: 75.06 g; : 24.97 g; : 24.89 g; : 6 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2023-12-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , bułka grahamka 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , dżem brzoskwinowy 100 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kasza gryczana 200 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g ( <b>SEL,</b> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), gzik z koperkiem 100 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2386.47 kcal; Białko: 88.75 g; Węglowodany : 338.83 g ; : 108.44 g; Tłuszcz: 82.86 g ; : 41.52 g ; : 34.08 g ; : 7.98 g;

<b>czwartek 2023-12-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , bułka zwykła 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), chleb pszenny 20 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), dżem brzoskwinowy 50 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka gotowana 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kasza jaglana 200 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g ( <b>SEL,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , gzik z koperkiem 100 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2209.47 kcal; Białko: 85.77 g; Węglowodany : 333.7 g ; : 99.72 g; Tłuszcz: 65.23 g ; : 29.77 g ; : 26.63 g ; : 6.84 g;

<b>czwartek 2023-12-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , bułka zwykła 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), chleb pszenny 20 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), dżem brzoskwinowy 50 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka gotowana 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kasza jaglana 200 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g ( <b>SEL,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , gzik z koperkiem 100 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2209.47 kcal; Białko: 85.77 g; Węglowodany : 333.7 g ; : 99.72 g; Tłuszcz: 65.23 g ; : 29.77 g ; : 26.63 g ; : 6.84 g;

<b>czwartek 2023-12-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , bułka grahamka 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), dżem brzoskwinowy 100 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g ,	kompot 200ml 200 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g ( <b>SEL,</b> ), kasza gryczana 200 g , zupa dyniowa 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , gzik z koperkiem 100 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	



**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2310.27 kcal; Białko: 86.65 g; Węglowodany : 322.39 g; : 108.14 g;  
Tłuszcz: 82.41 g; : 41.43 g; : 33.09 g; : 7.65 g;

<b>czwartek 2023-12-14</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
herbata 200 g , bułka grahamka 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), dżem brzoskwiniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g ,	kompot 200ml 200 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g ( <b>SEL,</b> ), kasza gryczana 200 g , zupa dyniowa 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , gzik z koperkiem 100 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2313.07 kcal; Białko: 90.71 g; Węglowodany : 355.13 g; : 108.62 g;  
Tłuszcz: 66.81 g; : 30.67 g; : 35.07 g; : 8.3 g;

<b>czwartek 2023-12-14</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , bułka grahamka 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kasza jaglana 100 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g ( <b>SEL,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), gzik z koperkiem 100 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1831.28 kcal; Białko: 78.03 g; Węglowodany : 257.27 g; : 83.47 g;  
Tłuszcz: 61.02 g; : 29.17 g; : 28.46 g; : 6.4 g;

<b>czwartek 2023-12-14</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
herbata 200 g , bułka grahamka 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), dżem brzoskwiniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g ,	kompot 200ml 200 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g ( <b>SEL,</b> ), kasza gryczana 200 g , zupa dyniowa 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , gzik z koperkiem 100 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2240.57 kcal; Białko: 89.09 g; Węglowodany : 298.94 g; : 75.9 g;  
Tłuszcz: 83.51 g; : 42.02 g; : 30.89 g; : 8.08 g;

<b>czwartek 2023-12-14</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa</b>		
herbata 200 g , bułka grahamka 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), dżem brzoskwiniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g ,	kompot 200ml 200 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g ( <b>SEL,</b> ), kasza gryczana 200 g , zupa dyniowa 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , gzik z koperkiem 100 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2419.47 kcal; Białko: 86.85 g; Węglowodany : 353.23 g; : 120.34 g;  
Tłuszcz: 81.76 g; : 40.68 g; : 37.58 g; : 7.88 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-14		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , bułka zwykła 50g 50 g ( <u>GLU,</u> ), chleb pszenny 20 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g ( <u>SEL,</u> ), kasza jaglana 200 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g ( <u>SEL,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , sałata lodowa 20 g , szynka biała 60 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1962.39 kcal; Białko: 78.78 g; Węglowodany : 282.88 g; : 43.24 g; Tłuszcz: 62.81 g; : 13.6 g; : 24.11 g; : 8.02 g;

czwartek 2023-12-14		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / pakowata
herbata 200 g , kaszka manna 150 g ( <u>GLU, MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , gotowany brokuł 150 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 200 g , zupa dyniowa 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , jabłko pieczone 150 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,		Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1112.51 kcal; Białko: 27.58 g; Węglowodany : 199.26 g; : 95.08 g; Tłuszcz: 28.69 g; : 11.31 g; : 27.46 g; : 1.57 g;

czwartek 2023-12-14		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), zupa dyniowa 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE,</u> ), mleko świeże 2% 200 ml ( <u>MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 639.99 kcal; Białko: 19.14 g; Węglowodany : 99.71 g; : 76.92 g; Tłuszcz: 20.46 g; : 12.27 g; : 9.64 g; : .85 g;

czwartek 2023-12-14		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 350 g ( <u>GLU, SEL,</u> ),	herbata 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 143.23 kcal; Białko: 5.04 g; Węglowodany : 30.47 g; : 3.99 g; Tłuszcz: 1.05 g; : .22 g; : 3.99 g; : .45 g;

czwartek 2023-12-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dżem brzoskwiniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany brokuł 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g ( <u>SEL,</u> ), kasza gryczana 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), sałata lodowa 20 g , gzik z koperkiem 100 g ( <u>MLE,</u> ),
II Śniadanie: banan 120 g ,		Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2018.67 kcal; Białko: 86.63 g; Węglowodany : 274.02 g; : 99.34 g; Tłuszcz: 71.42 g; : 34.26 g; : 33.98 g; : 7.05 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-14 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , bułka grahamka 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g ( <b>SEL,</b> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g ( <b>SEL,</b> ), kasza gryczana 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , sałata lodowa 20 g , szynka biała 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2278.69 kcal; Białko: 82.43 g; Węglowodany : 364.29 g; : 115.81 g; Tłuszcz: 63.37 g; : 13.84 g; : 38.54 g; : 9.38 g;

czwartek 2023-12-14 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , bułka zwykła 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), chleb pszenny 20 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), dżem brzoskwiniowy 50 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka gotowana 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kasza jaglana 200 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g ( <b>SEL,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , gzik z koperkiem 100 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2209.47 kcal; Białko: 85.77 g; Węglowodany : 333.7 g; : 99.72 g; Tłuszcz: 65.23 g; : 29.77 g; : 26.63 g; : 6.84 g;

czwartek 2023-12-14 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , bułka grahamka 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), dżem brzoskwiniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), makaron razowy w sosie serowo szpinakowym 300 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , gzik z koperkiem 100 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2232.51 kcal; Białko: 56.41 g; Węglowodany : 293.47 g; : 98.66 g; Tłuszcz: 98.07 g; : 49.31 g; : 24.34 g; : 5.25 g;

czwartek 2023-12-14 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 5 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka gotowana 30 g ,	kompot 200ml 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 100 g , zupa dyniowa 250 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 5 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , gzik z koperkiem 100 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1261.5 kcal; Białko: 79.73 g; Węglowodany : 157.4 g; : 67.53 g; Tłuszcz: 39.22 g; : 19.88 g; : 19.89 g; : 3.05 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g ( <u>SEL</u> ), surówka z papryką i koperkiem 150 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g ( <u>SEL</u> ), kasza gryczana 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , sałata lodowa 20 g , pasta z pieczonych warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2034.03 kcal; Białko: 71.03 g; Węglowodany : 299.66 g; : 107.53 g; Tłuszcz: 70.44 g; : 14.63 g; : 41.37 g; : 8.68 g;

czwartek 2023-12-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , bułka zwykła 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb pszenny 20 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem brzoskwiniowy 50 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka gotowana 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza jaglana 200 g , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g ( <u>SEL</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 90 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g , gzik z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2209.47 kcal; Białko: 85.77 g; Węglowodany : 333.7 g; : 99.72 g; Tłuszcz: 65.23 g; : 29.77 g; : 26.63 g; : 6.84 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2023-12-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 50 g ,	kompot 200ml 200 g , ziemniaki pieczone 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kotlet rybny 120 g ( <b>GLU, RYB, SEL, MIĘ,</b> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <b>GOR,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), ser żółty 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2602.21 kcal; Białko: 93.4 g; Węglowodany : 361.12 g; : 73.64 g; Tłuszcz: 98.06 g; : 38.38 g; : 35.16 g; : 10.67 g;

<b>piątek 2023-12-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 120 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety rybne 120 g ( <b>GLU, RYB, SEL, MIĘ,</b> ), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 120 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko pieczone 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2067.44 kcal; Białko: 110.75 g; Węglowodany : 296.51 g; : 66.43 g; Tłuszcz: 55.58 g; : 28.93 g; : 25.82 g; : 9.47 g;

<b>piątek 2023-12-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 120 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety rybne 120 g ( <b>GLU, RYB, SEL, MIĘ,</b> ), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 120 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko pieczone 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1917.84 kcal; Białko: 110.61 g; Węglowodany : 296.37 g; : 66.31 g; Tłuszcz: 39.08 g; : 17.99 g; : 25.82 g; : 9.47 g;

<b>piątek 2023-12-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety rybne 120 g ( <b>GLU, RYB, SEL, MIĘ,</b> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <b>GOR,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 120 g , sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2118.77 kcal; Białko: 95.28 g; Węglowodany : 317.91 g; : 77.32 g; Tłuszcz: 60.75 g; : 28.57 g; : 36.57 g; : 8.06 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-15		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIĘ</u> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <u>GOR</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 120 g , sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2118.77 kcal; Białko: 95.28 g; Węglowodany : 317.91 g; : 77.32 g; Tłuszcz: 60.75 g; : 28.57 g; : 36.57 g; : 8.06 g;

piątek 2023-12-15		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIĘ</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 50 g , szynka gotowana 120 g ,
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1784.52 kcal; Białko: 90.74 g; Węglowodany : 274.94 g; : 72.07 g; Tłuszcz: 43.15 g; : 17.38 g; : 28.91 g; : 7.57 g;

piątek 2023-12-15		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g , serek granii 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki pieczone 200 g , kotlet rybny 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIĘ</u> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <u>GOR</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 120 g , sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2312.66 kcal; Białko: 107.24 g; Węglowodany : 282.86 g; : 36.84 g; Tłuszcz: 92.91 g; : 33.66 g; : 26.86 g; : 9.95 g;

piątek 2023-12-15		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIĘ</u> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <u>GOR</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z marchwi 50 g , sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2014.17 kcal; Białko: 70.97 g; Węglowodany : 315.74 g; : 76.72 g; Tłuszcz: 60.37 g; : 26.82 g; : 33.56 g; : 6.23 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-15		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , cukinia gotowana 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL,</u>	chrupki kukurydziane 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 60 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1931.02 kcal; Białko: 99.38 g; Węglowodany : 265.99 g; : 40.07 g; Tłuszcz: 57.15 g; : 19.34 g; : 23.19 g; : 6.85 g;

piątek 2023-12-15		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 150 g ( <u>GLU, MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), cukinia gotowana 150 g , ziemniaki gotowane 200 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE,</u> ),	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE,</u> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: jabłko pieczone 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1173.13 kcal; Białko: 54.95 g; Węglowodany : 219.15 g; : 106.82 g; Tłuszcz: 13.92 g; : 6.32 g; : 19.69 g; : 2.36 g;

piątek 2023-12-15		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , mleko świeże 2% 200 ml ( <u>MLE,</u> ), mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), smoothie jabłkowe 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 408.07 kcal; Białko: 13.5 g; Węglowodany : 72.91 g; : 54.98 g; Tłuszcz: 9.01 g; : 4.93 g; : 9.68 g; : .81 g;

piątek 2023-12-15		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 350 g ( <u>GLU, SEL,</u> ),	herbata 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 143.23 kcal; Białko: 5.04 g; Węglowodany : 30.47 g; : 3.99 g; Tłuszcz: 1.05 g; : .22 g; : 3.99 g; : .45 g;

piątek 2023-12-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety rybne BG 120 g ( <u>RYB, SEL, MIE,</u> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <u>GOR,</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1845.72 kcal; Białko: 79.59 g; Węglowodany : 274.99 g; : 70.23 g; Tłuszcz: 56.33 g; : 26.34 g; : 36.03 g; : 6.9 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-15		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki pieczone 200 g , pulpety rybne 120 g ( <b>GLU, RYB, SEL, MIE,</b> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <b>GOR,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 120 g , sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2096.16 kcal; Białko: 94.58 g; Węglowodany : 305.86 g; : 72.28 g; Tłuszcz: 62.75 g; : 13.37 g; : 30.84 g; : 8.32 g;

piątek 2023-12-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g ,
	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1954.62 kcal; Białko: 99.71 g; Węglowodany : 266.41 g; : 40.47 g; Tłuszcz: 59.45 g; : 27.72 g; : 23.19 g; : 6.8 g;

piątek 2023-12-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), ser fromage 50 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), ziemniaki pieczone 200 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g ( <b>GLU,</b> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <b>GOR,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), serek granii 50 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2137.12 kcal; Białko: 50.03 g; Węglowodany : 327.57 g; : 74.83 g; Tłuszcz: 78.26 g; : 38.41 g; : 32.92 g; : 4.77 g;

piątek 2023-12-15		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko pieczone 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1747.77 kcal; Białko: 96.25 g; Węglowodany : 280.61 g; : 68.59 g; Tłuszcz: 32.43 g; : 15.62 g; : 26.81 g; : 6.74 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki pieczone 200 g , pulpety rybne BG 120 g ( <b>RYB, SEL, MIE</b> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <b>GOR</b> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1873.96 kcal; Białko: 79.34 g; Węglowodany : 273.25 g; : 70.08 g; Tłuszcz: 60.33 g; : 12.29 g; : 35.98 g; : 7.01 g;

piątek 2023-12-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g ( <b>MLE, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety rybne 120 g ( <b>GLU, RYB, SEL, MIE</b> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <b>GOR</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wisniowy 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1860.22 kcal; Białko: 82.39 g; Węglowodany : 307.17 g; : 72.67 g; Tłuszcz: 41.38 g; : 16.43 g; : 30.89 g; : 7.11 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2023-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <b>GLU</b> , ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> , ), masło 20 g ( <b>MLE</b> , ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL</b> , ), zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <b>SEL</b> , ), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU</b> , ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> , ), masło 20 g ( <b>MLE</b> , ), sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-buraczana 50 g ( <b>MLE</b> , ),
<b>II Śniadanie:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE</b> , ),	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2239.28 kcal; Białko: 92.36 g; Węglowodany : 280.2 g ; 85.92 g;  
Tłuszcz: 90.56 g ; 36.87 g ; 31.96 g ; 5.36 g;

<b>sobota 2023-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> , ), masło 20 g ( <b>MLE</b> , ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL</b> , ), zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <b>SEL</b> , ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> , ), masło 20 g ( <b>MLE</b> , ), pasta twarogowo-buraczana 50 g ( <b>MLE</b> , ), sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE</b> , ),	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2231.49 kcal; Białko: 98.45 g; Węglowodany : 269.53 g ; 58.57 g;  
Tłuszcz: 90.05 g ; 36.74 g ; 24.26 g ; 6.26 g;

<b>sobota 2023-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> , ), masło 10 g ( <b>MLE</b> , ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka gotowana 60 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL</b> , ), zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <b>SEL</b> , ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> , ), masło 10 g ( <b>MLE</b> , ), pasta twarogowo-buraczana 50 g ( <b>MLE</b> , ), sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE</b> , ),	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2222.28 kcal; Białko: 111.33 g; Węglowodany : 283.24 g ; 58.49 g;  
Tłuszcz: 77.31 g ; 26.86 g ; 24.7 g ; 7.61 g;

<b>sobota 2023-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 90 g ( <b>GLU</b> , ), masło 20 g ( <b>MLE</b> , ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL</b> , ), zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <b>SEL</b> , ), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 90 g ( <b>GLU</b> , ), masło 20 g ( <b>MLE</b> , ), sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-buraczana 50 g ( <b>MLE</b> , ), pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE</b> , ),	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2238.38 kcal; Białko: 91.55 g; Węglowodany : 281.55 g; : 86.28 g; Tłuszcz: 90.38 g; : 36.85 g; : 32.77 g; : 5.26 g;

<b>sobota 2023-12-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL,</b> ), zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <b>SEL,</b> ), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-buraczana 50 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2239.28 kcal; Białko: 92.36 g; Węglowodany : 280.2 g; : 85.92 g; Tłuszcz: 90.56 g; : 36.87 g; : 31.96 g; : 5.36 g;

<b>sobota 2023-12-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 5 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 100 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL,</b> ), zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <b>SEL,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 5 g ( <b>MLE,</b> ), pasta twarogowo-buraczana 100 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1727.34 kcal; Białko: 90.79 g; Węglowodany : 198.64 g; : 64.42 g; Tłuszcz: 69.19 g; : 22.12 g; : 25.75 g; : 4.92 g;

<b>sobota 2023-12-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <b>SEL,</b> ), zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <b>SEL,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pasta twarogowo-buraczana 50 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2219.67 kcal; Białko: 107.74 g; Węglowodany : 274.75 g; : 33.35 g; Tłuszcz: 84.02 g; : 36.73 g; : 32.65 g; : 7.93 g;

<b>sobota 2023-12-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 200 g , gotowane udko z kurczaka 100 g ( <b>SEL,</b> ), zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <b>SEL,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pasta buraczana BM 50 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1991.35 kcal; Białko: 77.16 g; Węglowodany : 248.59 g; : 44.14 g; Tłuszcz: 83.83 g; : 32.49 g; : 32.33 g; : 5.15 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-16		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	wafle ryżowe 2szt 40 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , szynka biała 60 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2201.62 kcal; Białko: 102.99 g; Węglowodany : 270.06 g; : 37.83 g; Tłuszcz: 85.05 g; : 19.36 g; : 27.6 g; : 7.43 g;

sobota 2023-12-16		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / pakowata	
herbata 200 g , kaszka manna 150 g ( <u>GLU, MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1342.17 kcal; Białko: 65.26 g; Węglowodany : 195.34 g; : 90.97 g; Tłuszcz: 38.4 g; : 11.54 g; : 22.86 g; : 2.44 g;

sobota 2023-12-16		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona	
herbata 200 g , jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , mus jabłkowy 120 g , mleko świeże 2% 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 460.69 kcal; Białko: 14.57 g; Węglowodany : 91.75 g; : 66.36 g; Tłuszcz: 7.23 g; : 3.45 g; : 15.03 g; : .95 g;

sobota 2023-12-16		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 350 g ( <u>GLU, SEL,</u> ),	herbata 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 143.23 kcal; Białko: 5.04 g; Węglowodany : 30.47 g; : 3.99 g; Tłuszcz: 1.05 g; : .22 g; : 3.99 g; : .45 g;

sobota 2023-12-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 100 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pasta buraczana BM 50 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2039.13 kcal; Białko: 89.82 g; Węglowodany : 238.78 g; : 42.54 g; Tłuszcz: 88.98 g; : 33.8 g; : 37.99 g; : 5.91 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-16		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , pasta buraczana BM 50 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2204.12 kcal; Białko: 87.27 g; Węglowodany : 281.42 g; : 44.91 g; Tłuszcz: 88.9 g; : 19.16 g; : 34.71 g; : 6.2 g;

sobota 2023-12-16		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	wafle ryżowe 2szt 40 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2211.62 kcal; Białko: 103.15 g; Węglowodany : 270.18 g; : 37.91 g; Tłuszcz: 86.05 g; : 33.96 g; : 27.6 g; : 7.31 g;

sobota 2023-12-16		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), dżem brzoskwiowy 100 g , sałata lodowa 20 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL</u> ), risotto warzywne 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta twarogowo-buraczana 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1864.34 kcal; Białko: 39.86 g; Węglowodany : 302.31 g; : 92.74 g; Tłuszcz: 60.6 g; : 30.02 g; : 24.54 g; : 3.95 g;

sobota 2023-12-16		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1522.12 kcal; Białko: 82.56 g; Węglowodany : 154.94 g; : 55.65 g; Tłuszcz: 68.11 g; : 23.65 g; : 19.84 g; : 4.76 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , pasta buraczana BM 50 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2222.72 kcal; Białko: 93.25 g; Węglowodany : 280.76 g; : 42.75 g; Tłuszcz: 90.22 g; : 19.34 g; : 42.59 g; : 6.33 g;

sobota 2023-12-16		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , papryka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-buraczana 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2071.98 kcal; Białko: 97.32 g; Węglowodany : 259.01 g; : 65.49 g; Tłuszcz: 78.95 g; : 27.93 g; : 31.08 g; : 5.64 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2023-12-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany bukiet warzyw 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 40 g , jajko gotowane 1 szt ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2211.67 kcal; Białko: 106.06 g; Węglowodany : 339.68 g; : 79.33 g; Tłuszcz: 62.28 g; : 21.44 g; : 36.95 g; : 6.33 g;

<b>niedziela 2023-12-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana pałka z kurczaka 2szt 140 g ( <b>SEL,</b> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka wieprzowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2078.5 kcal; Białko: 105.73 g; Węglowodany : 277.52 g; : 61.48 g; Tłuszcz: 66.66 g; : 30.47 g; : 26.73 g; : 6.92 g;

<b>niedziela 2023-12-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana pałka z kurczaka 2szt 140 g ( <b>SEL,</b> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka wieprzowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2085.15 kcal; Białko: 106.04 g; Węglowodany : 278.95 g; : 62.46 g; Tłuszcz: 66.73 g; : 30.49 g; : 27.15 g; : 6.93 g;

<b>niedziela 2023-12-17 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany bukiet warzyw 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2161.87 kcal; Białko: 100.48 g; Węglowodany : 298.81 g; : 69.96 g; Tłuszcz: 77.44 g; : 31.69 g; : 37.85 g; : 5.56 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2023-12-17 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany bukiet warzyw 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2161.87 kcal; Białko: 100.48 g; Węglowodany : 298.81 g; : 69.96 g; Tłuszcz: 77.44 g; : 31.69 g; : 37.85 g; : 5.56 g;

niedziela 2023-12-17 <b>Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana pałka z kurczaka 2szt 140 g ( <b>SEL,</b> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka wieprzowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1775.55 kcal; Białko: 95.84 g; Węglowodany : 213.79 g; : 61.86 g; Tłuszcz: 65.05 g; : 30.13 g; : 23.91 g; : 5.57 g;

niedziela 2023-12-17 <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 120 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 160 g , gotowany bukiet warzyw 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 40 g , jajko gotowane 1 szt ,
<b>II Śniadanie:</b> serek granii 50 g ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2251.33 kcal; Białko: 130.39 g; Węglowodany : 302.13 g; : 57.43 g; Tłuszcz: 70.88 g; : 23.86 g; : 27.4 g; : 7.76 g;

niedziela 2023-12-17 <b>Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 90 g , gotowany bukiet warzyw 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), pasta z marchwi 50 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2121.97 kcal; Białko: 80.32 g; Węglowodany : 352.61 g; : 84.82 g; Tłuszcz: 52.44 g; : 17.73 g; : 41.77 g; : 6.1 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2023-12-17		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana pałka z kurczaka 2szt 140 g ( <u>SEL,</u> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 250 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2242.15 kcal; Białko: 105.95 g; Węglowodany : 296.64 g; : 71.66 g; Tłuszcz: 76.28 g; : 30.88 g; : 26.91 g; : 6.92 g;

niedziela 2023-12-17		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 0 g ( <u>GLU,</u> <u>MLE,</u> ),	Zupa rosół wywar ( płynna ) 350 g ( <u>GLU,</u> <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana pałka z kurczaka 2szt 140 g ( <u>SEL,</u> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE,</u> ),	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1185.51 kcal; Białko: 68.44 g; Węglowodany : 176.65 g; : 76.29 g; Tłuszcz: 27.56 g; : 7.38 g; : 21.52 g; : 1.99 g;

niedziela 2023-12-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona	
herbata 200 g , mleko świeże 2% 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar ( płynna ) 350 g ( <u>GLU,</u> <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	
<b>II Śniadanie:</b> mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 250 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 581.98 kcal; Białko: 17.33 g; Węglowodany : 115.84 g; : 73.58 g; Tłuszcz: 8.16 g; : 4.07 g; : 12 g; : .79 g;

niedziela 2023-12-17		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 350 g ( <u>GLU,</u> <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 143.23 kcal; Białko: 5.04 g; Węglowodany : 30.47 g; : 3.99 g; Tłuszcz: 1.05 g; : .22 g; : 3.99 g; : .45 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2023-12-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany bukiet warzyw 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 10 g ( <b>MLE</b> ), papryka 40 g , jajko gotowane 1 szt ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2005.27 kcal; Białko: 106.06 g; Węglowodany : 290.36 g ; : 76.57 g; Tłuszcz: 62.1 g ; : 21.37 g ; : 41.33 g ; : 5.8 g;

niedziela 2023-12-17 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany bukiet warzyw 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 20 g , papryka 40 g , jajko gotowane 1 szt ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2351.27 kcal; Białko: 106.04 g; Węglowodany : 339.7 g ; : 79.37 g; Tłuszcz: 77.78 g ; : 17.78 g ; : 36.95 g ; : 6.45 g;

niedziela 2023-12-17 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana pałka z kurczaka 2szt 140 g ( <b>SEL</b> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> sucharki 2 szt ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2081.35 kcal; Białko: 104.59 g; Węglowodany : 258.88 g ; : 39.98 g; Tłuszcz: 75.16 g ; : 30.3 g ; : 24.11 g ; : 6.92 g;

niedziela 2023-12-17 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), ser twarogowy 150 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik WEGE 350 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlety warzywne z kalaflorem 120 g ( <b>GLU</b> ), gotowany bukiet warzyw 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), pasta z marchwi 50 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2333.51 kcal; Białko: 72.33 g; Węglowodany : 386.24 g ; : 87.98 g; Tłuszcz: 65.95 g ; : 32.66 g ; : 41.88 g ; : 5.64 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2023-12-17		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana pałka z kurczaka 2szt 140 g ( <b>SEL,</b> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka wieprzowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> gotowana pałka z kurczaka 2szt 0 g ( <b>SEL,</b> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1924.35 kcal; Białko: 104.68 g; Węglowodany : 241.19 g; : 30.78 g; Tłuszcz: 65.61 g; : 29.91 g; : 24.35 g; : 6.93 g;

niedziela 2023-12-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany bukiet warzyw 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , papryka 40 g , jajko gotowane 1 szt ,	
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 250 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2144.87 kcal; Białko: 106.04 g; Węglowodany : 290.38 g; : 76.61 g; Tłuszcz: 77.6 g; : 17.71 g; : 41.33 g; : 5.92 g;

niedziela 2023-12-17		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana pałka z kurczaka 2szt 140 g ( <b>SEL,</b> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka wieprzowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 250 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2085.15 kcal; Białko: 106.04 g; Węglowodany : 278.95 g; : 62.46 g; Tłuszcz: 66.73 g; : 30.49 g; : 27.15 g; : 6.93 g;